



GUIDE D'ENSEIGNEMENT

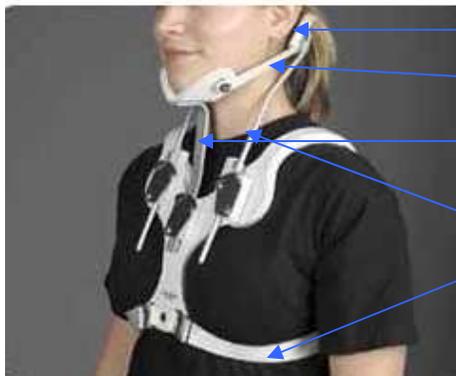
Vous vous présenterez bientôt à l'hôpital. Ce guide vous fournira les renseignements nécessaires tout au long de votre épisode de soins ou de traitements.

MATÉRIEL ORTHOPÉDIQUE

Collier SOMI

Définition :

- Le collier SOMI est un collier cervical rigide qui sert à limiter les mouvements du cou et de la tête (flexion, extension et rotation) afin de stabiliser la blessure et aider à la guérison.
- Vous devez porter votre collier en tout temps pour la durée déterminée par votre médecin spécialiste (généralement trois mois).
- Le collier SOMI est constitué d'une pièce rigide (plastron avec bretelles), d'un appui pour le menton, d'un appui pour l'arrière de la tête, de 2 courroies fixées à l'appui de la tête et de 2 autres courroies fixées aux bretelles du plastron. Une peau de mouton est souvent attachée à la face intérieure du collier. Ceci sert à protéger la peau des blessures éventuelles occasionnées par le plastique du plastron.



Appui occipital
Courroie de la mentonnière
Tige de la mentonnière
Tige de l'appui occipital
Courroie thoracique



Directives :

- Le collier SOMI doit être placé directement sur votre peau.
- Votre collier est bien ajusté lorsque votre menton est déposé sur l'appui avant, que votre tête est posée sur l'appui arrière et que votre tête est bien droite en ligne avec le reste de votre colonne vertébrale. Les courroies attachées aux bretelles doivent se

croiser au centre de votre dos et venir s'attacher à l'avant de chaque côté du plastron sur les fixations prévues à cet effet. Les courroies doivent être suffisamment serrées pour maintenir la position du collier sans nuire à votre respiration. Les courroies fixées à l'appui de la tête doivent venir s'attacher de chaque côté de l'appui du menton. La tige de la mentonnière ne doit pas comprimer votre cou.

Alimentation :

- Le collier peut modifier la façon de mastiquer et d'avaler les aliments. Soyez prudent lorsque vous mangez afin de ne pas vous étouffer.
- Prendre vos repas assis bien droit au fauteuil. Ne mangez jamais en position demi-assise ou couché
- Ajuster la hauteur de votre chaise de façon à ce que vous n'ayez pas à vous pencher vers l'avant pour voir votre assiette ou pour manger.
- Choisir des aliments faciles à mastiquer.
- Prendre le temps de bien mastiquer votre nourriture avant d'avaler.
- Éviter de parler et de manger ou boire en même temps.

Habillage :

- Les vêtements doivent être portés par-dessus le collier. Utiliser des vêtements faciles à retirer; chemise ou veste boutonnée à l'avant.
- Lors des visites de contrôle, vous pourrez discuter avec votre médecin spécialiste de la possibilité de porter des vêtements ajustés, tel un t-shirt, sous le collier SOMI

Soins d'hygiène :

- Lorsque vous êtes couché sur le dos au lit, l'hygiène sous le collier se fait par une personne aidante.
 - Elle doit détacher les courroies de l'appui pour le menton, le retirer, laver la peau à l'eau avec un savon doux et non parfumé, raser la barbe s'il y a lieu, bien assécher la peau en tapotant délicatement, remettre l'appui pour le menton et attacher les courroies.
 - Par la suite, elle doit détacher les courroies attachées au plastron, laver et assécher la peau sous le plastron en prenant garde de ne pas mouiller la peau de mouton, s'il y a lieu, puis rattacher les courroies.
 - Vous devez maintenant vous tourner sur le côté, placer un oreiller sous votre tête afin de garder celle-ci bien droite par

rapport au reste de votre colonne vertébrale.

- Elle doit à nouveau détacher les courroies situées sur le plastron, laver et assécher le dos en évitant de frictionner la peau et rattacher les courroies au plastron.
- Après avoir retiré l'oreiller, retournez-vous sur le dos.
- Elle devra alors vérifier et si le collier est bien ajusté et corriger l'ajustement avec les courroies en velcro.
- Par la suite, vous pourrez compléter votre toilette au lavabo en vous assoyant sur une chaise face au lavabo. Ceci vous permettra d'éviter de faire des mouvements exagérés de la colonne ou de tomber en faisant un faux mouvement. La douche et le bain sont déconseillés.
- L'hygiène des cheveux doit s'effectuer également avec une personne aidante et en position couchée au lit avec le collier. Vous aurez besoin d'un lave-tête de type « guitare » et d'une chaudière. Tout en gardant bien attachées les courroies situées sur l'appui du menton, glisser délicatement un plastique (papier Saran) entre la tête et l'appui arrière de la tête afin de protéger le tissu de l'eau. Il est possible d'installer un oreiller ou une serviette sous les épaules pour que la position soit plus confortable et pour maintenir votre tête et votre colonne bien droite. Procéder au lavage des cheveux délicatement afin d'éviter les mouvements du cou.



Lave-tête type « guitare »

N.B. : Il est possible de se procurer cet équipement dans un centre de matériel orthopédique ainsi que dans plusieurs pharmacies.

Attention

Selon votre situation, il est possible que d'autres recommandations vous soient faites ou que d'autres documents vous soient remis par votre ergothérapeute lors de votre hospitalisation.

Entretien du collier :

- Il est possible de laver l'extérieur du collier avec un savon doux et bien assécher. Éviter toutefois de mouiller la peau de mouton.

Lors de vos déplacements :

- Garder toujours votre colonne bien droite. Pour saisir un objet, plier vos genoux et éviter de vous pencher vers l'avant.
- Lors de vos déplacements soyez prudent, bougez lentement, regarder autour de vous en tournant votre corps d'un côté et de l'autre afin d'éviter de tomber sur des objets que vous n'aviez pas vus. Le port du collier, en vous empêchant de bouger votre tête, modifie votre champ de vision ce qui augmente le risque d'accident.
- Éviter de soulever des objets lourds.
- Au fauteuil, assoyez vous bien droit et ne placez pas d'oreiller sous votre tête.
- Au lit, lorsque vous êtes couché sur le dos, évitez de placer des oreillers sous la tête afin de respecter la position imposée par le collier.
- L'appui du menton ne sert pas seulement de soutien mais sert plutôt de barrière pour limiter les mouvements du cou. Il est donc important de ne pas forcer les limites imposées par le collier.
- La position de l'appui pour le menton doit être ajustée en fonction de votre position. Elle doit être ajustée à un niveau différent selon que vous êtes assis ou couché. Suivez bien les recommandations de votre médecin.
- Pour la conduite auto, discutez-en avec votre médecin spécialiste. Vous devez

également contacter la SAAQ ainsi que votre compagnie d'assurances afin de déclarer votre nouvelle condition même si elle est temporaire. Ceux-ci pourront alors vous indiquer si vous avez le droit de conduire et si vous êtes couverts.

Soyez vigilant :

- Vérifier l'état votre peau sous le collier à chaque jour lors des soins d'hygiène ou plus souvent si vous sentez un inconfort ou de la douleur. Regarder sous le menton, à l'arrière de votre tête, au niveau et sous les courroies qui entourent vos côtes. Si vous apercevez une rougeur vive, des phlyctènes (cloche d'eau) ou d'autres blessures, consulter un professionnel de la santé.
- Éviter d'utiliser des crèmes ou lotions hydratantes sous les parties du collier car cela entretient l'humidité et peut irriter la peau.
- Lors de vos repas, n'oubliez pas de bien mastiquer votre nourriture et assurez-vous que la tige de la mentonnière ne comprime pas votre cou lorsque vous avalez. Soyez prudent afin de ne pas vous étouffer.
- La tige de métal qui relie l'appui pour le menton au plastron ne doit pas entrer en contact avec votre cou. Elle peut vous empêcher d'avaler normalement vos aliments et vous risquez de vous étouffer.

Suivi infirmier :

- Avant votre départ de l'hôpital et en présence de la personne aidante, assurez-vous d'avoir reçu l'enseignement de l'infirmière sur les points suivants :
- Les soins d'hygiène;
- L'état de votre peau sous le collier;
- La façon de mettre et d'enlever votre collier.
- La façon de vérifier la position et l'ajustement de votre collier;
- La personne à contacter en cas de difficultés, telles douleur ou blessure à la peau;
- Les informations concernant le suivi médical.

